

УДК 784.9i[612:37.015.3]

DOI <https://doi.org/10.32782/facs-2025-3-1-8>

Едуард ГОЛОВАШИЧ

заслужений артист України, доцент, завідувач кафедри музичного мистецтва та хореографії, Луганський національний університет імені Тараса Шевченка, вул. Івана Банка, 3, м. Полтава, Україна, 36003

ORCID: 0000-0001-6343-594X

Бібліографічний опис статті: Головашич, Е. (2025). Специфіка міждисциплінарної підготовки виконавців-духовиків. *Fine Art and Culture Studies*, 3-1, 49–53, doi: <https://doi.org/10.32782/facs-2025-3-1-8>

СПЕЦИФІКА МІЖДИСЦИПЛІНАРНОЇ ПІДГОТОВКИ ВИКОНАВЦІВ-ДУХОВИКІВ

Виконавське дихання є невіддільною складовою професійної підготовки духовиків. У традиціях духової школи дихання виступає не тільки фізіологічною базою звуковидобування, а й важливим чинником формування музичної фрази, динаміки та художньої виразності. У класичних дослідженнях (Палаженко, 2012; Мартенюк, 2018) акцентувалася увага на технічних і педагогічних аспектах постановки дихання. Сучасні роботи (Концевич, 2023; Михайлишен, 2019; Zelano et al., 2016) розширюють науковий дискурс, демонструючи значення виконавського дихання в контексті фізіології, психології й навіть нейропсихології.

Метою дослідження є комплексний аналіз фізіологічних, психологічних і педагогічних аспектів виконавського дихання духовиків на основі міждисциплінарного підходу й узагальнення наукових і методичних джерел.

У дослідженні застосовано методи порівняльного аналізу фахової літератури з фізіології дихання, психології музичного виконання та педагогіки духової школи. Узагальнено класичні та сучасні підходи до формування виконавського дихання й методики його розвитку в навчальному процесі.

Робота пропонує систематизоване бачення виконавського дихання як багатовимірного явища, що поєднує механічні аспекти (діафрагмальне, комбіноване дихання), психологічну складову (дихання як інструмент подолання сценічного хвилювання, підтримки емоційної стійкості) та педагогічні стратегії розвитку дихальної витривалості й контролю повітряного потоку. Оглядом враховано дані нейропсихології, які підкреслюють зв'язок дихання з когнітивними й емоційними процесами під час виконання.

Комплексний підхід до розвитку виконавського дихання духовиків є запорукою формування стійких виконавських навичок та художньої виразності. Поєднання фізіологічних знань, психологічних технік і педагогічного досвіду сприяє ефективному навчанню й підготовці музикантів. Подальші дослідження можуть бути спрямовані на глибше вивчення впливу дихальних технік на когнітивні й емоційні аспекти виконавської діяльності.

Ключові слова: виконавське дихання, музичне виконавство, фізіологія дихання, психологія музичного виконання, міждисциплінарний підхід.

Eduard HOLOVASHYCH

Honored Artist of Ukraine, Associate Professor, Head of the Department of Musical Art and Choreography, Luhansk Taras Shevchenko National University, 3 Ivan Bank St, Poltava, Ukraine, 36003

ORCID: 0000-0001-9762-4968

To cite this article: Holovashych, E. (2025). Spetsyfika mizhdystsyplinarnoi pidhotovky vykonavtsiv-dukhovykiv [Specifics of interdisciplinary training of brass performers]. *Fine Art and Culture Studies*, 3-1, 49–53, doi: <https://doi.org/10.32782/facs-2025-3-1-8>

SPECIFICS OF INTERDISCIPLINARY TRAINING OF BRASS PERFORMERS

Performing breathing is an essential component of the professional training of wind instrumentalists. In the tradition of wind playing, breathing is regarded not only as the physiological basis for sound production but also as a crucial factor in shaping musical phrasing, dynamics, and artistic expressiveness. Classical studies (Palazhenko, 2012; Martseniuk, 2018) emphasized the technical and pedagogical aspects of breath training, while contemporary research (Kontsevych, 2023; Mykhailysheh, 2019; Zelano et al., 2016) has expanded the academic discourse by highlighting the interdisciplinary significance of breathing in the context of physiology, psychology, and neuropsychology.

The aim of this study is to provide a comprehensive analysis of the physiological, psychological, and pedagogical aspects of performing breathing in wind instrumentalists, based on an interdisciplinary approach and a synthesis of scientific and methodological sources.

This study applies comparative analysis of specialized literature in the fields of breathing physiology, performance psychology, and wind pedagogy. Classical and modern approaches to the formation and development of performing breathing are summarized, along with teaching strategies used at various stages of training.

The novelty of this work lies in its systematic representation of performing breathing as a multidimensional phenomenon that combines mechanical components (diaphragmatic and combined breathing), psychological elements (breathing as a tool for managing performance anxiety and maintaining emotional stability), and pedagogical strategies for developing breathing endurance and airflow control. The study provides an overview of neuropsychological data that emphasize the relationship between breathing and cognitive as well as emotional processes during performance.

A comprehensive approach to developing performing breathing is a prerequisite for the formation of stable performing skills and artistic expressiveness in wind instrumentalists. The integration of physiological knowledge, psychological techniques, and pedagogical experience promotes more effective training and preparation of musicians. Future research could explore the deeper effects of breathing techniques on the cognitive and emotional aspects of performance.

Key words: performing breathing, musical performance, breathing physiology, performance psychology, interdisciplinary approach.

Виконавське дихання є фундаментальним чинником формування професійної виконавської майстерності музикантів-духовиків. Його роль виходить далеко за межі простої фізіологічної функції: дихання безпосередньо визначає характер звуковидобування, музичне фразування, динамічні відтінки та загальний рівень виразності виконання. Разом із тим правильна організація дихального процесу сприяє збереженню здоров'я виконавця, запобігає перенапруженню й передчасному виснаженню.

У сучасній музичній педагогіці дедалі чіткіше простежується потреба інтеграції знань з різних галузей науки для формування у студентів стійких дихальних навичок. Виконавське дихання стає об'єктом вивчення не тільки в контексті техніки звуковидобування, а й у взаємозв'язку з психологічними та нейрофізіологічними процесами, що регулюють стан музиканта під час виступу. Зростання вимог до виконавського універсалізму, підвищення навантаження в умовах сучасної музичної освіти та сцени підкреслюють актуальність комплексного підходу до розвитку дихальної функції.

Проблеми виконавського дихання в музиці знайшли відображення у багатьох роботах вітчизняних і зарубіжних учених. У класичних працях (Палаженко, 2012; Марценюк, 2018) акцент зроблено на постановці дихання як основи техніки духовика. Вони розглядають типові помилки здобувачів: недостатнє залучення діафрагми, поверхнєве грудне дихання, неправильну координацію вдиху та видиху. Пропонуються базові комплекси вправ для формування у здобувачів навичок діафрагмального й комбінованого дихання. Дослідження О. Михайлишена й А. Михайлишеної (2019)

деталізують специфіку розвитку виконавського дихання у музикантів на мідних духових інструментах. Автори пропонують вправи на посилення контролю повітряного потоку, розвиток сили й тривалості видиху, вдосконалення координації дихальних м'язів. У роботах О. Концевича (2023) виконавський видих трубача розглядається як чинник формування виконавського універсалізму, що поєднує технічну майстерність і здатність адаптувати дихальні навички до різних музичних стилів. Окремі праці досліджують психофізіологічний аспект дихання. У своїх роботах Р. Павелків і О. Палаженко (2017) підкреслюють значення дихання в системі психофізіологічної підготовки духовиків, зокрема його вплив на збереження стійкої концентрації уваги та подолання сценічного хвилювання. Науковці О. Сивенко та співавт. (2023) демонструють ефективність поєднання дихальних вправ і самомасажу для саморегуляції стресових станів. На особливу увагу заслуговує нейропсихологічне дослідження Zelano et al. (2016), де показано, що носове дихання синхронізує ритми лімбічної системи й безпосередньо впливає на когнітивну активність і емоційну сферу. Ці дані дають підстави для глибшого осмислення виконавського дихання як механізму регуляції психоемоційного стану музиканта.

Метою дослідження є міждисциплінарний аналіз виконавського дихання духовиків як багатокomпонентного явища, що поєднує фізіологічні, психологічні та педагогічні аспекти, а також узагальнення методичних підходів до його розвитку в навчально-виконавській практиці.

Високі вимоги до якості звуку, технічної гнучкості, емоційної стійкості та сценічної

витривалості вимагають не лише володіння інструментом, а й глибокого розуміння процесів, що відбуваються на фізіологічному, психологічному та педагогічному рівнях. Виконавське дихання – один із ключових компонентів цього процесу – є тим об'єктом, що потребує комплексного аналізу: як рухового й м'язового навичку, як інструменту саморегуляції емоцій, як засобу художнього вираження. Така інтеграція забезпечує підготовку музиканта, здатного одночасно керувати звуковим потоком, долати сценічне хвилювання й розкривати художній задум твору на високому професійному рівні. Міждисциплінарний підхід до розвитку виконавського дихання дозволяє поєднати дані фізіології (структура й функція дихального апарату), психології (методи саморегуляції, подолання хвилювання), педагогіки (методика формування навичок) та нейронаук (вплив дихання на когнітивні й емоційні процеси) для розвитку технічних і художніх навичок. Така інтеграція забезпечує комплексну підготовку музиканта й дозволяє враховувати всі чинники, що впливають на результативність його виконання.

Виконавське дихання музиканта-духовика – це результат скоординованої роботи багатьох анатомічних і функціональних систем організму. Основою ефективного звуковидобування є діафрагмальне або комбіноване (діафрагмально-грудне) дихання, що дозволяє забезпечити потужний, але контрольований повітряний потік. Діафрагма виступає основним робочим м'язом, її рух вниз під час вдиху збільшує об'єм грудної клітини, створюючи умови для максимально економного заповнення легень повітрям.

Дослідження педагогів (Михайлишен, 2019) і фізіологів підтверджують, що діафрагмальне дихання сприяє зменшенню енерговитрат під час гри, запобігає зайвій напрузі м'язів ший і плечового пояса та дозволяє музиканту зберігати постуральну стійкість. Натомість використання поверхневого грудного дихання призводить до швидкого виснаження, нестабільності звукового потоку й обмеження динамічного діапазону.

Типовими фізіологічних помилками при постановці виконавського дихання є:

- неповне використання об'єму легень;
- надмірне підняття плечей під час вдиху;

– відсутність відчуття контролю над фазою видиху;

– нерівномірність повітряного потоку, що призводить до порушення цілісності музичної фрази.

Для подолання цих проблем сучасна педагогіка пропонує комплекс дихальних вправ, серед яких виділяються тренування тривалого контрольованого видиху, вправи на стійке тримання тону на одному диханні, робота з «мовчазним вдихом» (щоб уникати різкого звукового супроводу вдиху).

Дихання музиканта не тільки фізіологічна функція, а й важливий психофізіологічний маркер його емоційного стану. У стані сценічного хвилювання дихання зазвичай стає частішим, менш глибоким, нерівномірним, що негативно позначається на якості звуковидобування. Це явище пояснюється активацією симпатичної нервової системи та підвищенням рівня кортизолу й адреналіну в організмі.

Психологічні й нейропсихологічні дослідження (Zelano et al., 2016) доводять, що носове дихання синхронізує активність мигдалеподібного тіла й гіпокампі – структур, які відповідають за обробку емоцій і пам'яті. Цей факт пояснює, чому свідоме керування диханням здатне знижувати рівень тривожності, підвищувати концентрацію уваги й покращувати запам'ятовування музичного тексту.

Такі техніки, як box breathing (ритмічне дихання за схемою 4–4–4–4) або метод 4–7–8 (вдих на чотири рахунки, затримка на сім, видих на вісім), стають корисним інструментом у щоденній роботі музиканта. Їх застосування дозволяє гармонізувати дихальний ритм, уповільнити серцевий ритм і стабілізувати нервову систему перед відповідальними виступами (Сивенко О. Л., Манучарян С. В., Калюжка А. А., Юссеф А., 2023).

Формування дихальної культури у духовика має будуватися поетапно й з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей учнів. На початкових етапах навчання важливо створити в учнів правильне уявлення про фізіологічно ефективний вдих і видих. Для цього доцільно застосовувати ігрові методи, образні вправи («дихання, як надування кульки», «тихий вдих, наче вдихаєш аромат квітки») та вправи з візуальним контролем (наприклад, дихання з дзеркалом для контролю нерухомості плечей).

На початковому рівні підготовки акцент переноситься на розвиток дихальної витривалості та вміння керувати повітряним потоком залежно від характеру музичного твору. Сюди належать вправи на тривале ведення звуку на одному диханні, контрольоване посилення й ослаблення динаміки на одній ноті, а також тренування мікропауз у фразі для раціонального використання дихального ресурсу.

На більш професійному рівні підготовки дихальні техніки інтегруються у роботу над музичною драматургією твору. Дихання стає засобом художньої виразності, формується вміння «дихати разом із фразою», підпорядковувати дихальний малюнок логіці музичної побудови. Виконавське дихання на цьому рівні – це вже не просто фізіологічна функція, а важливий елемент інтерпретації.

Комплексний міждисциплінарний підхід до розвитку виконавського дихання є необхідною умовою ефективної підготовки духовиків. Поєднання фізіологічних, психологічних і педагогічних методик дозволяє сформувати стійкі виконавські навички й забезпечує художню виразність музичного виконання. Міждисциплінарний підхід до виконавського дихання в психологічному аспекті дає змогу не тільки покращити технічні параметри звуковидобування, а й підвищити емоційну стійкість і здатність музиканта до саморегуляції.

Розуміння фізіологічної природи дихального процесу дозволяє духовикові усвідомлено керувати своїм диханням, запобігати перевантаженню організму й підтримувати необхідний рівень дихальної витривалості навіть під час тривалих сценічних навантажень. Психологічні техніки та практики саморегуляції допомагають музиканту ефективно долати прояви сценічного хвилювання, підтримувати стабільний емоційний стан і концентрацію уваги, що є основою для досягнення впевненості у виконавській діяльності.

Педагогічні підходи, інтегровані в єдину систему роботи над диханням, формують у студента здатність органічно поєднувати дихання з музичною фразою, підпорядковувати дихальний малюнок художнім завданням твору, що значною мірою підвищує артистичність і виразність виконання. У результаті міждисциплінарний підхід не лише сприяє технічному вдосконаленню, а й формує у музиканта-духовика стійку сценічну витривалість, гнучкість адаптації до різних виконавських умов, здатність до імпровізації та глибшого розуміння художнього змісту твору.

Перспективи подальших досліджень вбачаються у вивченні впливу дихальних технік на когнітивно-емоційні процеси музикантів та інтеграції сучасних тілесно-орієнтованих підходів у педагогічну практику.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Іщенко М. В. Оздоровчі методики у вправах на дихання для академічних вокалістів. *Теорія і методика професійної освіти*. 2021. Випуск 31. Т. 1. С. 95–98. DOI: <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2021/31-1.19>
2. Концевич О. Виконавський видих трубаача як один факторів виконавського універсалізму. *Мистецтвознавство України*. 2023. № 23. С. 189–206. DOI: <https://doi.org/10.31500/2309-8155.23.2023.297539>
3. Майструк М. І. Застосування дихальних вправ у реабілітаційному процесі у хворих на хронічне обструктивне захворювання легень. *Health & Education*. 2023. Вип. 3. С. 98–101. DOI: <https://doi.org/10.32782/health-2023.3.16>
4. Марценюк Г. П. Виконавське дихання та проблеми його постановки при грі на тромбоні. *Young Scientist*. 2018. № 2 (54). С. 531–536.
5. Михайлишен О., Михайлишена А. Специфічні основи техніки формування виконавського дихання під час гри на мідних духових інструментах. *Педагогічна освіта: теорія і практика*. 2019. Том 2. № 26. С. 136–141. DOI: <https://doi.org/10.32626/2309-9763.2019-26-136-141>
6. Павелків Р. В., Палаженко О. П. Психофізіологічні основи формування музично-виконавської діяльності учнів-духовиків у процесі навчання гри на духових інструментах. *Історія становлення та перспективи розвитку духової музики в контексті національної культури. України та зарубіжжя*. 2017. Вип. 9. С. 54–56.
7. Палаженко О. П. Педагогічні рекомендації щодо пристосування дихальної системи до умов гри на духових інструментах. *Педагогіка вищої та середньої школи*. 2012. Вип. 36. С. 263–267.
8. Сивенко О. Л., Манучарян С. В., Калюжка А. А., Юсеф А. Менеджмент стресу: застосування поєднаного впливу самомасажу і дихальних вправ для саморегуляції стресових проявів. *Актуальні питання сучасного масажу* : матеріали XIV Міжнар. наук.-практ. конф., м. Харків. 29–30 квіт. 2022 року. Харків : ХДАФК, 2023. С. 84–90.

9. Цзяін Я. До питання емоційної виконавської стабільності фахівців музичного мистецтва. *Духовно-інтелектуальне виховання і навчання молоді в ХХІ столітті*. 2021. Вип. 3. С. 304–307.
10. Цзянань Чж. Специфіка виконавського дихання музиканта-духовика. *Педагогічний дискурс*. 2015. Вип. 18. С. 258–262.
11. Zelano C., Jiang H., Zhou G., Arora N., Schuele S., Rosenow J., Gottfried, J. A. Nasal respiration entrains human limbic oscillations and modulates cognitive function. *Journal of Neuroscience*. 2016. № 36 (49). P. 12448–12467. DOI: <https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.2586-16.2016>

REFERENCES:

1. Ishchenko, M. V. (2021). Health techniques in breathing exercises for academic vocalists [Ozdorovchi metodyky u vpravakh na dykhannia dlia akademichnykh vokalistiv]. *Theory and Methods of Vocational Education*, 31 (1), 95–98 [in Ukrainian]. <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2021/31-1.19>
2. Kontsevych, O. (2023). The trumpeter's performance exhalation as one of the main factors in performance universalism [Vykonavskyi vydykh trubacha yak odyn faktoriv vykonavskoho universalizmu]. *Art Studies of Ukraine*, 23, 189–206 [in Ukrainian]. <https://doi.org/10.31500/2309-8155.23.2023.297539>
3. Maistruk, M. I. (2023). The use of breathing exercises in the rehabilitation process for patients with chronic obstructive pulmonary disease [Zastosuvannia dykhalnykh vprav u reabilitatsiinomu protsesi u khvorykh na khronichne obstruktyvne zakhvoriuvannia lehen]. *Health & Education*, 3, 98–101 [in Ukrainian]. <https://doi.org/10.32782/health-2023.3.16>
4. Martseniuk, H. P. (2018). Performing breathing and the problems of its development when playing the trombone [Vykonavske dykhannia ta problemy yoho postanovy pry hri na tromboni]. *Young Scientist*, 2(54), 531–536 [in Ukrainian].
5. Mykhailyshe, O., & Mykhailyshe, A. (2019). Specific foundations of the technique of forming performing breathing while playing brass wind instruments [Spetsyfichni osnovy tekhniky formuvannia vykonavskoho dykhannia pid chas hry na midnykh dukhovyykh instrumentakh]. *Pedagogical Education: Theory and Practice*, 2 (26), 136–141 [in Ukrainian]. <https://doi.org/10.32626/2309-9763.2019-26-136-141>
6. Pavelkiv, R. V., & Palazhenko, O. P. (2017). Psychophysiological foundations of forming musical-performing activity of wind instrument students in the learning process [Psykhofiziologichni osnovy formuvannia muzychno-vykonavskoi diialnosti uchniv-dukhovyykh u protsesi navchannia hry na dukhovyykh instrumentakh]. *In History of the development and prospects of wind music in the context of national culture. Ukraine and abroad*. Vol. 9, 54–56 [in Ukrainian].
7. Palazhenko, O. P. (2012). Pedagogical recommendations on adapting the respiratory system to the conditions of playing wind instruments [Pedagogichni rekomendatsii shchodo prystosuvannia dykhalnoi systemy do umov hry na dukhovyykh instrumentakh]. *Pedagogy of Higher and Secondary School*, 36, 263–267 [in Ukrainian].
8. Syvenko, O. L., Manucharyan, S. V., Kalyuzhka, A. A., & Youssef, A. (2023). Stress management: The use of combined effects of self-massage and breathing exercises for self-regulation of stress manifestations [Menedzhment stresu: zastosuvannia poiednanoho vplyvu samomasazhu i dykhalnykh vprav dlia samorehulatsii stresovykh proiaviv]. *In Current Issues of Modern Massage : Materials of the XIV International Scientific and Practical Conference* (pp. 84–90) [in Ukrainian]. Kharkiv : KhDAFK.
9. Tszian, J. (2021). On the issue of emotional performing stability of music art specialists [Do pytannia emotsiinoi vykonavskoi stabilnosti fakhivtsiv muzychnoho mystetstva]. *Spiritual and Intellectual Education and Training of Youth in the 21st Century*, 3, 304–307 [in Ukrainian].
10. Tszianan, Zh. (2015). The specifics of performing breathing of a wind musician [Spetsyfika vykonavskoho dykhannia muzykanta-dukhovyya]. *Pedagogical Discourse*, 18, 258–262 [in Ukrainian].
11. Zelano, C., Jiang, H., Zhou, G., Arora, N., Schuele, S., Rosenow, J., & Gottfried, J. A. (2016). Nasal respiration entrains human limbic oscillations and modulates cognitive function. *Journal of Neuroscience*, 36 (49), 12448–12467 [in English]. <https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.2586-16.2016>